

TAPKITE LAISVŲ ŽMOGUMI!

Kuo jūs paprastai vadovaujatės - jėga ar silpnumu? Pirmoji taisyklė tiems, kurie nori laisvėti, - niekada nepataikaukite savo silpnybėms.

Būti stipriam - nereikia turėti tvirtus raumenis, kitais manipuluoti ir priversti juos paklusti. Reikia suprasti, kad gyventi reikia vadovaujantis dviem principais - savigarba ir aktyvumu.

Jūs naudingas ir svarbus žmogus, neverta leisti kitiems manipuluoti jums taip, kad būtų pažeidžiamas jūsų orumas. Juo labiau, kiekvienoje situacijoje galite pasirinkti: 1. Aktyviai siekti savo tikslų; 2. Būti silpnam ir negauti to, ko trokštate. Ne visais atvejais galite parodyti aktyvumą, bet visada galite veikti vadovaudamasis vidiniu savo vertės pajautimu.



Nuolat turite prisiminti, kad savigarba priklauso nuo jūsų paties. Jūs reikšmingas ne todėl, kad kiti taip sako, kad jums sekasi ir pavyko šio to pasiekti. Jūs nepakartojamas todėl, kad pats tuo tikite ir svarbiausia - tą įrodote savo veiksmais.

Laisvėjimas prasideda tada, kai tariate sau, kad nesate auka, ir pats tuo patikite. Bet tikrai laisvas tapsite tik tuomet, kai elgsitės kaip laisvas žmogus. Čia glūdi supratimo apie jėgą ir laisvėjimą esmė. Nėra reikalo dėtis galingam ir bauginti žmones, tačiau remdamasis jėga priversite kitus su jums skaitytis vien todėl, kad širdies gilumoje tikėsite tikrai esąs šio to vertas.

Aktyvumas – ne toks ypatingas bruožas kaip jūsų savigarba. Kartais jums nepavyksta pasiekti tikslų. Gal susiduriate su žmonėmis, su kuriais bus neįmanoma turėti reikalų, arba pakliūsite į tokias situacijas, kai vengdamas tapti priklausomas, turėsite atsitraukti ar ieškoti kompromiso.

Vis dėlto jūs turite sumažinti šiuos „praradimus“ iki minimumo ir svarbiausia – nesielvartauti dėl to. Kad tokie emociniai sutrikimai kartkartėmis vyksta.

Būti aktyviam – reiškia protingai panaudoti savo vidines galimybes, išmokti surasti tinkamus būtus savo tikslui siekti ir jais vadovautis „nelipant ant nuospaudų kitiems.“ Jūsų savigarba ir aktyvumas yra kertiniai akmenys, parodantys ar mokate naudotis jėga.



Daug priežasčių, kodėl vadovaujate ne jėga, nes siejate save su įvairiomis baimėmis. Pav., O kas bus, jeigu.... turite sutikti, kad kartais „baimė jus suparalyžiuoja“.

Tačiau kas gi, jūsų manymu, nukrinta iš giedro dangaus ir taip jus sutrikdo? Jei šiandien leistumėtės į gatves ieškoti kibiro baimės, nors ir kiek vaikščirotumėte, grįžtumėte tuščiomis. Baimė paprasčiausiai

neegzistuoja. Tai kažkas, ką darote sau patys, puoselėdami bauginančias mintis ir lūkesčius. Niekas pasaulyje negali jums suteikti skausmo, kol jūs patys neleisite to padaryti.

Galite lengvai įsibaiminti, jei įtikinsite save, kad kam nors nepatinkate, kad jus ištikis nelaimė; surasite dar tūkstančius priežasčių, dėl kurių manysite turįs pasielgti kitaip, nei jums atrodo. Baimė įsikuria viduje, o jai ištikimai tarnauja gana išradinga minčių sistema, kuria jūs naudojate, kad pasislėptumėte nuo pačių susikurtų pabaisų. „Man nepasiseks“, atrodysiu kvailai“, „aš nepatrauklus“, „nesu tikras“.... Panašios mintys griauia vidinę pusiausvyrą ir padaro žmogų bailiu, nesugebančiu



vadovautis jėga. Kas kartą, kai gyžtate prie tų minčių, susiduriate su savo silpnumu, ir greitai ant jūsų kaktos bus parašyta: esu auka. Jei prieš rizikuojant jums reikia turėti garantiją, kad viskas bus gerai, niekada nenusišypsos sėkmė, nes ateitis niekam nepažadėta. Nėra jokių gyvenime lengvatų, todėl jei norite gauti iš gyvenimo visa, ko trokštate, atsikratykite gąsdinančių minčių. Maža to, beveik visos jūsų neramios mintys – tuščias galvos kvaršininimas. Tragedijas, kurias sukuriate, retai egzistuoja tikrovėje.

Ką reiškia atsikratyti baimės, niekada taip ir nesuprasite, jei nesurizikuosite to padaryti. Jūs galite iki pamėlynavimo aptarinėti savo kompleksus su klasiokais, galite griežti dantimis ir eiti iš proto, norėdami juos suvokti, galite klausyti draugų, raminančių jus, kad tikrai nėra ko bijoti, kol pats to nesuprasite, kad reikia pagaliau veikti...

Mes turime būti stiprūs sau. Pasaulis pilnas naujų galimybių, tau viskas prieš akis, eik ir atrask save stiprų...